

10/01	10/02	10/03	10/04	10/05	10/06	10/07	10/08
木	金	土	日	月	火	水	木
close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	close	close
	Basic 🌱	Body Balance	jump to burn		Pre Basic 🌱		
	Nanami.H	Sana.H	Sana.H		Hiroyo.M		
	12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00		
	Back & Arm 🌱	Waist 🌱	Hip & Leg 🌱		Pilates Workout		
	Nanami.H	nana.f	Riho.s		nana.f		
	13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	14:00 ~ 15:00	
	Shape up waist	Basic 🌱	Waist 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Waist 🌱	
	nana.f	Sana.H	Sana.H		nana.f	Sana.H	
	close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		15:00 ~ 16:00	15:30 ~ 16:30	
		Beauty Conditioning 🌱	Basic 🌱		Waist 🌱	Hip & Leg 🌱	
nana.f		Riho.s	Sana.H	Riho.s			
close		close	close	close			
18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30	close	17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic 🌱	Beauty Conditioning 🌱	Hip & Leg 🌱	close	Body Balance	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	
nana.f	nana.f	nana.f		Sana.H	Sana.H	Riho.s	
19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close		close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	
Hip & Leg 🌱	jump to burn				Shape up waist	Basic 🌱	
Hiroyo.M	Sana.H				nana.f	Riho.s	
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00				21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	
Pilates Workout	Basic 🌱	Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱				
nana.f	Sana.H			Riho.s	Nana		

10/09	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14	10/15	10/16
金	土	日	月	火	水	木	金
10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30
Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Pilates Workout		Basic 🌱	Hip & Leg 🌱		Waist 🌱
Riho.s	Riho.s	nana.f		Miyu.Y	Nana		Sana.H
12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00
Basic 🌱	Hip & Leg 🌱	Back & Arm 🌱		Beauty Conditioning 🌱	Body Balance		jump to burn
Riho.s	nana.f	SHIORI.O		nana.f	Sana.H		Sana.H
13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30	14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30
jump to burn	Back & Arm 🌱	Pre Basic 🌱		Back & Arm 🌱		Basic 🌱	
Sana.H	Riho.s	nana.f		Miyu.Y		Riho.s	
close	15:00 ~ 16:00	16:30 ~ 17:30		close		close	
	Basic 🌱	Hip & Leg 🌱					
	Riho.s	SHIORI.O					
	close	close	close				
18:00 ~ 19:00				17:30 ~ 18:30	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	
Pre Basic 🌱				Shape up waist	close	Pre Basic 🌱	Hip & Leg 🌱
nana.f				nana.f		nana.f	Hiroyo.M
19:30 ~ 20:30				close	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30
Back & Arm 🌱	Hip & Leg 🌱	Basic 🌱	Shape up waist		Pre Basic 🌱		
Sana.H	Riho.s	Riho.s	nana.f		nana.f		
21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00		
Shape up waist	jump to burn	Waist 🌱	Back & Arm 🌱	Pilates Workout			
nana.f	Sana.H	Sana.H	Riho.s	nana.f			

🌱：体験可能レッスン

・クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。

・ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄にお願いしております。

・レッスン開始時刻1時間前を切ったキャンセルは時間外キャンセルとなります。

※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

2026/10/07 更新

pilatesK MEGAドン・ホーテUNY 浜松泉町		【 10/25 ~ 10/31 】		スケジュール									
10/25	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31							
日	月	火	水	木	金	土							
10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30	close	10:30 ~ 11:30	10:30 ~ 11:30							
Back & Arm 🍌		Pre Basic 🍌	jump to burn		Shape up waist	Hip & Leg 🍌							
Riho.s		nana.f	Sana.H		nana.f	nana.f							
12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:30 ~ 13:30		12:00 ~ 13:00	12:00 ~ 13:00							
Waist 🍌		Back & Arm 🍌	Basic 🍌		Hip & Leg 🍌	Waist 🍌							
nana.f		Hiroyo.M	Riho.s		Nanase.N	nana.f							
14:30 ~ 15:30		13:30 ~ 14:30	close		13:30 ~ 14:30	13:30 ~ 14:30							
Basic 🍌		Beauty Conditioning 🍌			Waist 🍌	Basic 🍌							
Riho.s		nana.f			Nanase.N	Sana.H							
16:30 ~ 17:30		close			close	close	15:00 ~ 16:00						
Pilates Workout	Shape up waist												
nana.f	nana.f												
close	close			close			close	close					
									18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	18:00 ~ 19:00	17:30 ~ 18:30
									Hip & Leg 🍌	Pilates Workout	Back & Arm 🍌	Beauty Conditioning 🍌	Body Balance
									Riho.s	nana.f	Sana.H	nana.f	Sana.H
			19:30 ~ 20:30						19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	19:30 ~ 20:30	close	
			Shape up waist						Body Balance	Waist 🍌	Basic 🍌		
			nana.f						Sana.H	KAEDE.s	Sana.H		
		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00		21:00 ~ 22:00	21:00 ~ 22:00							
		Basic 🍌	Waist 🍌		Basic 🍌	Back & Arm 🍌							
		Riho.s	nana.f		Sana.H	Riho.s							

- ※体験可能レッスン
- ※クラスの種別およびインストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。詳細はWEBサイトをご確認ください。
- ※ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1週間前迄にお願いしております。
- ※レッスン開始時刻1時間前を切った後のキャンセルは時間外キャンセルとなります。
- ※時間外キャンセルが月2回以上で、翌月の予約可能回数1回に制限されます。